సాక్షి అన్నమయ్య జిల్లా

శనివారం : 21 : జూన్ : 2025



యోగా.. ఒంటికి మంచిదేగా..

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే యోగ సాధన ప్రధానం అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నేడు అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం కావడంతో వేలాది మంది యోగ సాధనకు సిద్ధమవుతున్నారు. -8లో



బీరు బాటిళ్లతో యువకుల హల్‌చల్

మదనపల్లె పట్టణంలోని నీరుగట్టువారిపల్లె రామిరెడ్డి లే అవుట్‌లోని వివేకానంద స్కూల్ సమీపంలో కొందరు యువకులు బీరు బాటిళ్లు పట్టుకుని హల్‌చల్ చేశారు. -8లో

మదనపల్లె : టమాటా ధరలు (10 కిలోలు)

	కనిష్టం	గరిష్టం
మొదటిరకం	రూ.140	రూ.180
రెండోరకం	రూ.90	రూ.130

మార్కెట్‌కు వచ్చిన మొత్తం సరుకు : 1528 మెట్రిక్ టన్నులు



న్యూస్‌రీల్

దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

రాజంపేట టౌన్: జిల్లాలోని ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ ఐటీఐలలో మిగిలివున్న సీట్ల భర్తీ కోసం రెండవ విడత అడ్మిషన్ల ప్రక్రియను చేపడుతున్నట్లు ప్రభుత్వ పారిశ్రామిక శిక్షణ సంస్థ జిల్లా కన్వీనర్ సి.రామ్మూర్తి శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. పదవ తరగతి ఉత్తీర్ణులై ఆసక్తిగల అభ్యర్థులు జూలై 12వ తేదీలోపు www.iti.ap.gov.in వెబ్‌సైట్ ద్వారా దరఖాస్తు చేసుకోవాలన్నారు. దరఖాస్తు చేసుకున్న అనంతరం తమకు సమీపంలో ఉన్న ప్రభుత్వ ఐటీఐలలో విధిగా వెరిఫికేషన్ చేయించుకోవాలని తెలిపారు. వెరిఫికేషన్ చేయించుకున్న వారు మాత్రమే మెరిట్ జాబితాలోకి వస్తారన్నారు. అర్హులైన అభ్యర్థులకు జూలై 21వ తేదీ కౌన్సెలింగ్ ఉంటుందని, ఆ కౌన్సెలింగ్‌లో అభ్యర్థులు ఖాళీలను బట్టి తమకు నచ్చిన ఐటీఐ, ట్రేడ్‌లను ఎంపిక చేసుకోవచ్చని తెలిపారు.

డిజిటల్ అసిస్టెంట్ సస్పెన్షన్

బి.కొత్తకోట: మండలంలోని వడిగలవాండ్లపల్లె సచివాలయ డిజిటల్ అసిస్టెంట్ బాబా ఫకృద్దీన్‌ను సస్పెండ్ చేస్తూ కలెక్టర్ శ్రీధర్ చామకూరి ఉత్తర్వు జారీ చేశారు. బుధవారం గుండ్లవారిపల్లె గ్రామానికి చెందిన అనూరాధ, శంకర, నాగభూషణంలు తల్లికి వందనం పథకం గురించి ఆరా తీసేందుకు సచివాలయం వచ్చారు. ఆక్కడ పనిచేస్తున్న డిజిటల్ అసిస్టెంట్ బాబా ఫకృద్దీన్ సరైన సమాధానం ఇవ్వకుండా దురుసుగా ప్రవర్తించడమే కాకుండా వారిపై దాడి చేసి గాయపరచినట్టు బాధితులు పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయడంతో కేసు నమోదు చేశారు. దీనిపై స్పందించిన కలెక్టర్ శ్రీధర్ గురువారం గుండ్లవారిపల్లెకు వెళ్లి బాధితులను పరామర్శించి ధైర్యం చెప్పారు. ఈ నేపథ్యంలో ఎంపీడీఓ కృష్ణవేణి బాధితులు, గ్రామస్తులను విచారించారు. నివేదికను ఉన్నతాధికారులకు పంపగా ఈ మేరకు చర్యలు తీసుకున్నారు. ఈ ఘటనపై కలెక్టర్ శ్రీధర్ మదనపల్లె సబ్‌కలెక్టర్‌ను విచారణ అధికారిగా నియమించారు.

స్కిల్‌హబ్ సెంటర్ ద్వారా ఉపాధి కల్పన శిక్షణ

రాయచోటి టౌన్: ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఏపీ స్టేట్ డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ (ఏపీఎస్ఎస్‌డీసీ) ద్వారా రాయచోటి ప్రభుత్వ పాలిటెక్నికల్ స్కిల్ హబ్ సెంటర్‌లోని వెబ్ డెవలపర్, టైలరింగ్‌లో శిక్షణ నిర్వహించి ఉపాధి కల్పించనున్నట్లు ఆ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ పి. శివశంకర్, జిల్లా నైపుణ్యాభివృద్ధి అధికారి దాసరి నాగార్జున శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. ఆసక్తి కలిగిన వారు తమ పేరును రిజిష్టేషన్ చేసుకోవాలని కోరారు. స్కిల్ హబ్ సెంటర్ కోర్సు మూడు నెలలు కాలపరిమితి ఉంటుందని, దీనికి ఇంటర్ లేదా డైనా డిగ్రీ పాసైన అభ్యర్థులు దరఖాస్తులు చేసుకోవచ్చున్నారు. అలాగే టైలరింగ్ కోర్సు మూడు నెలల కాలపరిమితి ఉంటుందని, దీనికి 10వ తరగతి పాస్ లేదా ఫేయిలైనవారు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని తెలిపారు.

తిరుపతి నుంచి మదనపల్లికి స్పెషల్ ప్యాసింజర్ రైలు

కలికిరి: తిరుపతి నుంచి మదనపల్లి వరకు స్పెషల్ ప్యాసింజర్ రైలును ఈ నెల 25 నుంచి జూలై నెల 31వ తేదీ వరకు నడుపనున్నట్లు రైల్వే ఉన్నతాధికారులు ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. తిరుపతిలో ఉదయం 5.15 గంటలకు బయల్దేరే స్పెషల్ ప్యాసింజరు (07261) పాకాలకు 05.55 గంటలకు, పీలేరు కు 6.25 గంటలకు కలికిరికి 6.40 గంటలకు మదనపల్లికి 8.15 గంటలకు చేరుకుంటుంది. తిరిగి మదనపల్లిలో మధ్యాహ్నం 3 గంటలకు స్పెషల్ ప్యాసింజరు(07262) కలికిరి 3.30 గంటలకు, పీలేరుకు 03.57 గంటలకు, పాకాలకు 4.50 గంటలకు, తిరుపతికి సాయంత్రం 6 గంటలకు చేరుకుంటుంది. కాగా తిరుపతి–గంటూరు ఎక్స్‌ప్రెస్‌ను మదనపల్లి వరకు పొడిగించి తాత్కాలికంగా స్పెషల్ ప్యాసింజరుగా నడుపనున్నారు. ఆగస్టు నెల నుంచి ఇదే రైలుకు రిజర్వేషన్ సౌకర్యం కూడా అందుబాటులోకి రానున్నట్లు సమాచారం.

ఉద్యోగాలకు ఎంపిక



విద్యార్థులతో ఐటీఐల కన్వీనర్ జ్ఞానకుమార్

కడప ఎడ్యుకేషన్: కడప ప్రభుత్వ డీఎల్‌టీసీ ఐటీఐలో శుక్రవారం జాబ్ మేళా నిర్వహించారు. ప్రముఖ కంపెనీలైన ఎల్ అండ్ టి, కోల్గేట్, రానే టెక్నాలజీస్, సిస్‌కోల్, గ్రీన్‌టెక్, షిర్డిసాయి కంపెనీ, టీవీఎస్, ఆపోలా టైల్స్, చానెల్‌ప్లే, జాన్‌డీర్, ఆటోమోటివ్, అమర్‌రాజా, కియా కంపెనీలు పాల్గొన్నాయని ప్రభుత్వ ఐటీఐల జిల్లా కన్వీనర్ జ్ఞానకుమార్ తెలిపారు. ఈ జాబ్‌మేళాకు జిల్లావ్యాప్తంగా 312 మంది విద్యార్థులు హాజరుకాగా వివిధ ట్రేడ్స్‌కు సంబంధించి 256 మంది ఉద్యోగాలకు ఎంపికై నట్లు జ్ఞానకుమార్ తెలిపారు. ఉద్యోగాలకు ఎంపికైన వారిని జ్ఞానకుమార్‌తో పాటు పలు ప్రభుత్వ ఐటీఐ కళాశాలల ప్రిన్సిపాళ్లు అభినందించారు.

ప్రయాణికులకు హంసఫర్

కశ్మీరు లోయలు..అందాలు చూడాలనుకునే వారికి ఈ రైలు అనుకూలమే.. అయినప్పటికి జిల్లాలో ఎక్కడాకూడా స్టాపింగ్ లేకపోవడంతో ఆశలు నిరాశలు మిగిలాయి. రైల్వేలో చివరి స్టేషన్ అయిన కాట్రా వరకు రైలు వెళుతుంది. దేశంలో పేరొందిన వైష్ణవ ఆలయం వరకు ఈ రైలులో వెళ్లవచ్చు. ఆధునిక వసతులతో ఏర్పాటు చేసిన రైలులో ప్రయాణించే అవకాశం ఉభయ జిల్లా వాసులకు లేకుండాపోయింది. పేరుకు మాత్రమే మా ఊరిమీదుగా కశ్మీర్‌కు అని చెప్పుకోవడానికి మాత్రమే ఈ రైలు ఉపయోగపడుతోందని ప్రయాణికులు అంటున్నారు.

- జిల్లా మీదుగా హంసఫర్ ఎక్స్‌ప్రెస్
- నోస్టాపింగ్‌తో..వరుగులు
- రేణిగుంట టు గుంతకల్ వన్‌రన్‌న్
- పార్లమెంటరీ స్టేషన్లో హాల్టింగ్ ఇవ్వాలి
- కశ్మీర్ రైలులో ప్రయాణించే అవకాశం కల్పించాలి
- జిల్లా వాసులకు దక్కని ఆధునిక సౌకర్యాలబండి

రాజంపేట: తొలిసారిగా జిల్లా మీదుగా తిరుపతి నుంచి జమ్ముతావి వరకు ఆధునికసౌకర్యాలతో నడిచే రైలులో ప్రయాణించే భాగ్యం లేకుండాపోయింది. దేశంలో ప్రసిద్ధి చెందిన పుణ్యక్షేత్రమైన తిరుపతి నుంచి కశ్మీరు ప్రాంతంలో పేరొందిన వైష్ణవ క్షేత్రం వరకు నడిచేలా రైలు రాకపోకలను రూపొందించారు. రాజంపేట, కడప నుంచి నేరుగా కశ్మీరుకు వెళ్లేందుకు హంసఫర్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలు అందుబాటులోకి ఉన్నప్పటికి అందుల్లో వెళ్లేందుకు వీలులేకుండాపోయింది. రేణిగుంట నుంచి గుంతకల్ వరకు వన్‌రన్‌తో ఈ రైలు నడుస్తోంది. ఈ రైలుపై రైల్వే పెట్టుకున్న ఆదాయం వస్తుందో రాదో అన్న సందిగ్ధంలో కొట్టుమిట్టాడుతోంది.



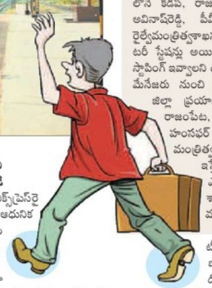
కడప మీదుగా కశ్మీరుకు వెళ్లే తిరుపతి-జమ్ముతావి ఎక్స్‌ప్రెస్

ఖాళీగా థర్డ్ ఏసీ బోగీలు :

హంసఫర్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలు పార్శిసిన్ పూర్తిగా థర్డ్ ఏసీ కోచ్‌లతో నడుస్తోంది. అయితే ఇప్పుడు ఈ బోగీలు ఖాళీగా దర్శనమిస్తున్నాయి. అరకొర ప్రయాణికులతో ఏసీబోగీలు కనిపిస్తున్నాయి. 22705/22706నెంబర్లతో ఈ రైలును నడిపిస్తున్నారు. వారంలో ఒకరోజు మాత్రమే ఈ రైలు జిల్లా వాసులకు అందుబాటులో ఉన్నప్పటికి జిల్లాలో రైలు మార్గంలో సింగల్‌రన్ కావడంతో , అది మంగళవారం కావడంతో ఈ రైలులో ప్రయాణం జరగకపోవడం కారణమని, ఆదివారం రన్ జరిగితే కొంతైన ఎర్నింగ్ వచ్చే అవకాశాలు ఉంటాయని రైల్వే వర్గాలు భావిస్తున్నాయి.

జిల్లా వాసులకు దక్కని ఆధునికసౌర్యాల బండి

తిరుపతి-హంసఫర్ ఎక్స్‌ప్రెస్‌రైలులో పూర్తిగా ఆధునిక సౌకర్యాలు కలిగి ఉంటాయి. ప్రయాణికులకు ఏలాంటి బోరు కొట్టుకుండా కొనసాగేలా రైల్వే సౌకర్యాలను ఏర్పాటు చేసింది. రైలు రన్నింగ్ సమయంలో ఏ స్టేషన్ వస్తుందో ముందుగానే తెలియచేసేలా ఏర్పాట్లు ఉన్నాయి. ప్రయాణికుల కోసం అత్యాధునికంగా బెర్త్‌లు ఉన్నాయి. సీసీటీవీ, జీపీఎస్ ద్వారా ప్రయాణికులకు సమాచారం. బ్రెయిలీ డిస్‌ప్లేస్, ఫైర్ అండ్ స్మోక్ డిటెక్టర్స్, మొబైల్, ల్యాప్‌టాప్‌చార్జ్ సౌకర్యం ఉన్నాయి. అయితే ఇవన్ని అనుభవిస్తూ ప్రయాణించేందుకు జిల్లా వాసులకు అవకాశం లేకుండాపోయింది.



రెండు పార్లమెంటరీ స్టేషన్లలో ఆగని రైలు

3700 కిలో మీటర్ల మేర 48 గంటల పాటు నడిచే హంసనఫర్ జిల్లా మీదుగా కశ్మీరుకు వెళ్లే ఈరైలుకు హాల్టింగ్ కల్పించాలని గతంలోనే కడప, రాజంపేట ఎంపీలు వైఎస్ అవినాష్‌రెడ్డి, పీవీ మిథున్‌రెడ్డి కేంద్ర రైల్వేమంత్రిత్వశాఖను కోరారు. పార్లమెంటరీ స్టేషన్లు అయిన కడప, రాజంపేటలో స్టాపింగ్ ఇవ్వాలని దక్షిణ మధ్యరైల్వే జనరల్ మేనేజరు నుంచి రైల్వే మంత్రిత్వశాఖను జిల్లా ప్రయాణికులు కోరుతున్నారు. రాజంపేట, కడప రైల్వేస్టేషన్లలో హంసఫర్ రైలుకు స్టాపింగ్‌కు రైల్వే మంత్రిత్వశాఖ, బోర్డు గ్రీన్‌సిగ్నల్ ఇస్తే కొంతవరకు రైలుకు ఎర్నింగ్స్ వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయని రైల్వే వర్గాలే ధృవీకరిస్తున్నాయి.

కడప, రాజంపేటలో హాల్టింగ్ ఇవ్వాలి :



పార్లమెంటరీ స్టేషన్లు అయిన కడప, రాజంపేటలో తిరుపతి–జమ్ముతావి ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలుకు హాల్టింగ్ ఇవ్వాలి. ఆ దిశగా ఇప్పటికే గతంలో కడప, రాజంపేట ఎంపీలు వైఎస్ అవినాష్‌రెడ్డి, పీవీ మిథున్‌రెడ్డి రైల్వేశాఖను కోరారు. మళ్లీ ఈ రైలు హాల్టింగ్‌కు మళ్లీ వైఎస్ అవినాష్‌రెడ్డి, మిధున్‌రెడ్డి, మేడా రఘునాథరెడ్డి దృష్టికి తీసుకెళతాం. హాల్టింగ్ విషయంలో పార్లమెంటరీ స్టేషన్లకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి.
–తల్లెం భరత్‌కుమార్‌రెడ్డి, డీఆర్‌యూసీసీ సభ్యుడు, రాజంపేట

హాల్టింగ్ ఇస్తే ఉభయ జిల్లా వాసులకు అనుకూలం



తిరుపతి నుంచి జమ్ముతావి ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలుకు రాజంపేట, కడపలో స్టాపింగ్ ఇవ్వాలి. కడప మీదుగా వెళ్లే ఈ ఆధునిక బండిలో ప్రయాణం బాగుంటుంది. కనీసం రెండు స్టేషన్లలో హాల్టింగ్ ఇస్తే ఉభయ జిల్లా వాసులకు అనుకూలంగా ఉంటుంది. రైల్వేశాఖ పార్లమెంటు నియోజకవర్గ కేంద్రంలోని స్టేషన్లకు గుర్తింపు ఇచ్చేలా హాల్టింగ్స్‌ను ఇవ్వాలి. ఎంపీలు మిథున్‌రెడ్డి, వైఎస్ అవినాష్‌రెడ్డి, మేడా రఘునాథరెడ్డిలు రైలు హాల్టింగ్ కోసం కృషి చేయాలి.
–కేఎంఎల్ నరసింహ, ఆల్‌ఇండియా ఓబీసీ ఫ్రంట్ కన్వీనర్

బ్రహ్మంగారి హుండీ ఆదాయం రూ.32లక్షలు

బ్రహ్మంగారిమఠం: ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రం శ్రీ పోతులూరు వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి మఠంలో శుక్రవారం హుండీ ఆదాయాన్ని లెక్కించారు. మూడునెలల్లో భక్తులు సమర్పించిని కానుకలను లెక్కించగా రూ.32లక్షలు నగదు, 13 గ్రాముల బంగారం, 280గ్రాములు వెండి ఆభరణాలు వచ్చినట్లు దేవస్థానం మేనేజర్ ఈశ్వరాచారి తెలిపారు. కార్యక్రమంలో స్థానిక పరిపాలనా అధికారి శంకర్‌బాలాజీ, ఎండోమెంట్ అధికారులు, పూర్వపు మఠాధిపతి కుమారులు, ఆలయ సిబ్బంది, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

వైద్య సేవలు మెరుగు పడాలి



అత్యవసర విభాగంలోని రోగి ఆరోగ్య సమస్యను తెలుసుకుంటున్న జేసీ డాక్టర్ రమేష్‌నాథ్

ప్రొద్దుటూరు క్రైం: జిల్లా ఆస్పత్రిలో వైద్య సేవలు ఇంకా మెరుగు పడాల్సిన అవసరం ఉందని డైరెక్టరేట్ ఆఫ్ సెకండరీ హెల్త్ జాయింట్ కమిషనర్ డాక్టర్ రమేష్‌నాథ్ తెలిపారు. ప్రొద్దుటూరు జిల్లా ఆస్పత్రిని శుక్రవారం ఆయన తనిఖీ చేశారు. ఆస్పత్రిలోని అన్ని విభాగాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలన చేసి ఆయా విభాగాల అధికారులు, సిబ్బందితో మాట్లాడారు. ఏవైనా లోటుపాట్లు ఉంటే సరి చేసుకోవాలని సూచించారు. వార్డులను తనిఖీ చేసి అక్కడి ఇన్‌పేషెంట్లతో రమేష్‌నాథ్ మాట్లాడారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ ఆస్పత్రిలో పారిశుద్ధ్యం సరిగా లేదని మెరుగుపడాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఓపీ విభాగాలు అపరిశుభ్రంగా ఉండటంతో అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ఆస్పత్రిలోని సిబ్బంది, వైద్యుల ఖాళీలను త్వరలో భర్తీ చేస్తామని తెలిపారు. ఆస్పత్రిలోని సమస్యలపై మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ శ్రీవాణి, వైద్యులు ఆనంద్‌బాబులతో చర్చించారు. కార్యక్రమంలో వైద్యులు గోపాల్, రూపానంద్, నర్సింగ్ సూరింటెండెంట్ రాణమ్మ, అన్ని విభాగాల సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఆదాయం పెంచి అభివృద్ధికి కృషి చేయాలి

జిల్లా పంచాయతీ అధికారి రాధమ్మ

కురబలకోట: జిల్లాలోని పంచాయతీలు ఆదాయ వనరులను పెంపొందించుకుని గ్రామాల అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని జిల్లా పంచాయతీ అధికారి రాధమ్మ సూచించారు. శుక్రవారం ఆమె మండలంలోని అంగళ్లులో పర్యటించారు. పారిశుద్ధ్య పనులను, సంపద తయారీ కేంద్రాలను పర్యవేక్షించారు. అనంతరం ఆమె మాట్లాడుతూ కొత్తగా నిర్మించిన భవనాలకు పన్నులు విధించాలన్నారు. అలాగే నిబంధనలకు విరుద్ధంగా నిర్మించిన భవనాలు, అంగళ్లులో అక్రమంగా నిర్మించిన పీజీ హాస్టళ్లపై వెంటనే తగు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. అవసరమైతే అక్రమ భవనాలు నిర్మించిన వారికి నోటీసులు జారీ చేసి రెగ్యులర్ చేయకపోతే కూల్చి వేయాలన్నారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల నుంచి వచ్చే నిధులపైనే ఆధారపడకుండా సొంత ఆదాయ వనరులను కూడా పంచాయతీలు పెంపొందించుకోవాలన్నారు. పంచాయతీలను ఆర్థికంగా బలోపేతం చేయాలన్నారు. ఆస్తి పన్ను, పన్నేతర ఆదాయ వనరులు సక్రమంగా వసూలు చేయాలన్నారు. పన్నులతోనే పంచాయతీల అభివృద్ధి సాధ్యమని ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలన్నారు. గ్రేడ్‌ల వారిగా పంచాయతీలను పరిగణిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఆమె వెంట డీఎల్‌పీఓ నాగరాజు, డిప్యూటీ ఎంపీడీఓ అశ్విని, అంగళ్లు, కురబలకోట గ్రామ కార్యదర్శులు ఉదయ్ కుమార్, శేషగిరికుమార్ పాల్గొన్నారు.



అంగళ్లులో జిల్లా పంచాయతీ అధికారి రాధమ్మ

తొలి అవకాశాన్ని వదులుకోవద్దు

రాజంపేట టౌన్: చదువుకున్న వ్యక్తి జీవితంలో స్థిర పడాలంటే ఉద్యోగం తప్పని సరి అని తొలిసారిగా వచ్చే ఉద్యోగ అవకాశాలను ఎవరు కూడా వదులుకోకుండా సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ప్రభుత్వ పారిశ్రామిక శిక్షణ సంస్థ జిల్లా కన్వీనర్ సిహెచ్.రామ్మూర్తి తెలిపారు. రాజంపేటలోని ప్రభుత్వ ఐటీఐలో శుక్రవారం నిర్వహించి జాబ్‌మేళాలో ఆయన మాట్లాడారు. ఆర్థికంగా వెనకబడిన వారు త్వరగా ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు పొందాలన్న లక్ష్యంతో ఐటీఐ కోర్సును పూర్తి చేస్తారన్నారు. అభ్యర్థులు తమ ముంగిటికే వచ్చిన ఉద్యోగ అవకాశాలను నిర్లక్ష్యం చేయవద్దని సూచించారు. ఇటీవలే ఐటీఐ పూర్తి చేసిన వారికి, ఐటీఐ పరీక్షలు రాయబోయే విద్యార్థులను ఏ కంపెనీ కూడా తమ అనుభవం గురించి అడగదన్నారు. జాబ్ మేళా లో వివిధ కంపెనీలు ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించనున్నాయన్నారు. అవకాశాలను సద్వినియో గం చేసుకోవాలన్నారు. జాబ్‌మేళాలో ఎల్ అండ్‌డీ కంపెనీ ప్రతినిధి ప్రమోద్, యాంత్రిక పవర్ సూల్యూషన్ ప్రతినిధి హర్ష, జేవై సాఫ్ట్‌వేర్ సొల్యూషన్స్ ప్రతినిధి కార్తీక్ కుమార్, టాఫే కంపెనీ ప్రతినిధి సికింద్‌ర్ పాల్గొన్నారు.



మాట్లాడుతున్న సిహెచ్ రామ్మూర్తి

'వన్ ఫైల్, వన్ లైఫ్' నినాదంతో పనిచేయాలి

- పుట్టుక నుంచి మరణం వరకు ప్రతి అంశంలో ముడిపడిన శాఖ రెవెన్యూ శాఖ
- జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీధర్ ఛామకూరి
- కలెక్టరేట్‌లో ఘనంగా రెవెన్యూ డే వేడుకలు



రెవెన్యూ డే సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయ ఆవరణంలో కేక్ కట్ చేస్తున్న జిల్లా కలెక్టర్, జేసీ ఇతర అధికారులు

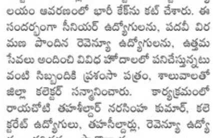
రాయచోటి: వన్ ఫైల్, వన్ లైఫ్ అనే నినాదంతో రెవెన్యూశాఖ పనిచేయాలని, పుట్టుక నుంచి మరణం వరకు ప్రతి అంశంలో ముడిపడిన శాఖ రెవెన్యూ శాఖ అని జిల్లా కలెక్టర్ ఛామకూరి శ్రీధర్ పేర్కొన్నారు. రాయచోటి కలెక్టరేట్‌లోని పీజీఆర్ఎస్ హాల్‌లో శుక్రవారం రెవెన్యూ డే వేడుకల కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు.కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ ఛామకూరి శ్రీధర్, జాయింట్ కలెక్టర్ ఆదర్శ రాజేంద్రన్, మదనపల్లి సబ్ కలెక్టర్ మేఘస్వరూప్, డీఆర్‌ఓ మధుసూదన్ రావు, ఆర్డీఓ శ్రీనివాసులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. రెవెన్యూ డే మీ అందరితో కలిసి జరుపుకోవడం చాలా సంతోషకరమని, అలాగే రెవెన్యూ సిబ్బంది అందరూ కూడా మంచిగా పనిచేసి జిల్లాకు మంచి పేరు వచ్చే విధంగా భవిష్యత్తులో పని చేయాలని కలెక్టర్ అన్నారు. రెవెన్యూ సిబ్బందికి ఏ పని అప్పచెప్పినా పూర్తిస్థాయిలో శ్రద్ధతో లక్ష్యాన్ని చేరుకునే విధంగా పని చేస్తున్నారన్నారు. రాష్ట్రంలో 26 జిల్లాల్లో ప్రభుత్వ పథకాల అమలు తీరులో చాలా పథకాలలో అన్నమయ్య జిల్లా మొదటి స్థానంలోఉండడం గర్వించదగ్గ విషయమన్నారు. అదే విధంగా ప్రభుత్వ కార్యక్రమాలలో 60 నుండి 70 శాతం వరకు రెవెన్యూ శాఖకు సంబంధించినవే ఉంటాయన్నారు. ప్రజల నుండి వచ్చే రెవెన్యూ సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు రెవెన్యూ శాఖలో జాప్యం ఎక్కువగా ఉందన్న అపోహను తొలగించుకోవాలన్నారు. అందుకు టెక్నాలజీని ఉపయోగించుకొని ఎప్పటికప్పుడు శిక్షణ పొంది ప్రజల సమస్యలను పరిష్కరించి ప్రజలకు ఒక నమ్మకాన్ని కల్గించే విధంగా రెవెన్యూ శాఖ సిబ్బంది పనిచేయాలన్నారు. ఏ శాఖకు కష్టం వచ్చినా రెవెన్యూ శాఖ ముందు ఉంటుందన్నారు. రెవెన్యూశాఖ ఎంత పురాతనమైనది, ఏ విధంగా ఏర్పడింది, దాని ప్రాముఖ్యత, రికార్డులు నిర్వహణ సిబ్బంది పనితీరు, క్రమశిక్షణ, సమాజంలో వారి ప్రాముఖ్యత, భూత భవిష్యత్తు, వర్తమానాలలో ఏ విధంగా విధులు నిర్వహించారనే విషయాలు, సలహాలు, సూచనలు జాయింట్ కలెక్టర్, డీఆర్‌ఓ, రాయచోటి ఆర్డీఓ, రెవెన్యూ, రిటైర్డ్ ఉద్యోగులు తెలిపారు.

సీనియర్ ఉద్యోగులకు సన్మానం:

రెవెన్యూ డే సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్, జాయింట్ కలెక్టర్, మదనపల్లి సబ్ కలెక్టర్‌లు, కలెక్టర్ కార్యాలయం ఆవరణంలో భారీ కేక్‌ను కట్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా సీనియర్ ఉద్యోగులను, పదవీ విరమణ పొందిన రెవెన్యూ ఉద్యోగులను, ఉత్తమ సేవలు అందించి వివిధ హోదాలలో పనిచేస్తున్నటు వంటి సిబ్బందికి ప్రశంసా పత్రం, శాలువాలతో జిల్లా కలెక్టర్ సన్మానించారు. కార్యక్రమంలో రాయచోటి తహశీల్దార్ నరసింహ కుమార్, కలెక్టరేట్ ఉద్యోగులు, తహసీల్దార్లు, రెవెన్యూ ఉద్యోగులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జాతీయస్థాయి పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలకు ఎంపిక

వేంపల్లె: జాతీయస్థాయి పవర్ లిఫ్టింగ్ పోటీలకు ఇడుపులపాయ ఆర్కే వ్యాలీ ట్రిపుల్ ఐటీ విద్యార్థులు ఎంపికై నట్లు ట్రిపుల్ ఐటీ డైరెక్టర్ ఏవీఎస్ కుమార్ స్వామి గుప్తా పేర్కొన్నారు. ఇంజినీరింగ్ మొదటి సంవత్సరం చదువుతున్న సాయి హర్షిత, పీయూసీ–2 చదువు తున్న కె.శివకుమార్, ఎం.రాఘవేంద్ర, పవర్ లిఫ్టింగ్ కోచ్ బాల గోవిందు తివారీలు 14వ ఏపీ రాష్ట్ర క్లాసిక్, ఎక్విప్డ్ పవర్ లిఫ్టింగ్ ఛాంపియన్ షిప్‌లో ప్రతిభ కనబరిచారు. ఈనెల 22 నుంచి 30వ తేదీ వరకు కర్ణాటక రాష్ట్రం దావనగెరెలో నిర్వహించే జాతీయస్థాయి ఛాంపియన్ షిప్ పోటీలలో విద్యార్థులు పాల్గొంటారని తెలిపారు. విద్యార్థులను డైరెక్టర్‌తోపాటు అధ్యాపకులు బీవీ సుధాకర్ రెడ్డి, డాక్టర్ తిలక్, రాఘవరెడ్డి, అభినందించారు.



ఎంపికైన వారితో ట్రిపుల్ ఐటీ డైరెక్టర్, తదితరులు

డిష్యూం...డిష్యూం..!

- ముష్టి ఘాతాలకు దిగిన తెలుగుతమ్ముళ్లు
- అక్రమ సంపాదనలో తేడాలు
- కడప ఎమ్మెల్యే ఇంట్లోనే పరస్పర దాడి
- సర్దిచెప్పిన జిల్లా అధ్యక్షుడు శ్రీనివాసులరెడ్డి

సాక్షి ప్రతినిధి, కడప: అక్రమ సంపాదన వారి మధ్య వైరం పెంచింది. అధికారం అడ్డుగా పెట్టుకొని చేస్తున్న అక్రమ వ్యవహారాలు బెడిసికొట్టాయి. గత ప్రభుత్వ కాలంలో విపక్షంగా పోరాటం చేశాం, ఇప్పుడు స్వపక్షంలో ఉంటూ పోరాటం చేయాల్సి వస్తోందని మాటామాటా పెరిగింది. అంతే ఒక్కమారుగా ముష్టి ఘాతాలు పడ్డాయి. జిల్లా అధ్యక్షుడు శ్రీనివాసులరెడ్డి సాక్షిగా వారి సొంతత ఇంట్లో తెలుగుతమ్ముళ్లు పరస్పర దాడులు చేసుకున్నారు. విశ్వసనీయ సమాచారం మేరకు వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి.

కడప నగర కార్పొరేషన్‌లో 50డివిజన్లుకు 49 డివిజన్లు వైఎస్సార్‌సీపీ కైవసం చేసుకుంది. ఒకే ఒక్క డివిజన్‌తో తెలుగుదేశం పార్టీ సరిపెట్టుకోవాల్సి వచ్చింది. కాగా జనరల్ ఎన్నికల్లో వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం కోల్పోయింది. తర్వాత చోటుచేసుకున్న పరిణామాల్లో 8మంది వైఎస్సార్‌సీపీ కార్పొరేటర్లు తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరారు. వారిలో 8వ డివిజన్ కార్పొరేటర్ లక్ష్మీదేవి అమె భర్త అండ్లూరు బాలకృష్ణారెడ్డి ఉన్నారు. అధికారం అడ్డుపెట్టుకొని సొమ్ము చేసుకోవాలనే తపనే వైఎస్సార్‌సీపీ కార్పొరేటర్లు తెలుగుదేశం పార్టీ కండువా కప్పుకునేలా చేసిందని విశ్లేషకుల అంచనా. వైఎస్సార్‌సీపీ కార్పొరేటర్లు టీడీపీలో చేరే వరకు టీడీపీ కోసం పనిచేసిన వారికి ఎమ్మెల్యే మాధవిరెడ్డి వద్ద మంచి ప్రాధాన్యత లభించేది. ఎప్పుడైతే 8మంది కార్పొరేటర్లు టీడీపీలో చేరారో, అప్పటి నుంచి తెలుగుదేశం పార్టీ కోసం ఎన్నికల్లో కష్టపడ్డ వారికి ప్రాధాన్యత క్రమేపి తగ్గింది. ఈ క్రమంలో పాత, కొత్త తెలుగుతమ్ముళ్ల మధ్య తేడాలు వచ్చాయి. అక్రమ సంపాదనలో పోటీ పెరిగింది. ఒకరి ప్రయత్నంలో మరొకరి జోక్యం ఎక్కువైంది. ఆ క్రమంలో ఎప్పటి నుంచో ఉన్న ఆగ్రహావేశాలు ఒక్కమారుగా బహిర్గతమయ్యాయి. పాతకడప మాజీ సర్పంచ్ కృష్ణారెడ్డి, ఇటీవల తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరిన అండ్లూరు బాలకృష్ణారెడ్డి ఒకరికొకరు నా వ్యవహారంలో నీ జోక్యం అనవసరమంటూ మాటలు పెట్టుకున్నారు. ఇరువురి మధ్య మాటామాటా పెరిగింది. ఆపై ఎమ్మెల్యే మాధవీ రెడ్డి ఇంట్లోనే పరస్పర ముష్టిఘాతాలకు పాల్పడ్డారు. వారిలో ఒకరికి గోడకు తగులుకొని స్వల్ప గాయమైనట్లు సమాచారం. పక్క రూములో ఉన్న జిల్లా అధ్యక్షుడు శ్రీనివాసులరెడ్డి ఇరువురికి సర్దిచెప్పాల్సి వచ్చింది. ఈమొత్తం వ్యవహారం అక్రమ కార్యకలాపాల నేపథ్యంలో చోటుచేసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది.



క్లుప్తంగా

ఇరువర్గాలపై కేసు నమోదు

కలికిరి : స్థానిక మార్కెట్ యార్డులో గురువారం ఉదయం కూలీల మధ్య చోటు చేసుకున్న చిన్నపాటి తగాదా చిలికి చిలికి గాలివానగా మారి రెండు ఊర్ల మధ్య ఘర్షణకు దారితీసింది. పోలీసులు జోక్యం చేసుకుని గురువారం సాయంత్రం ఇరువర్గాల వారిని పోలీస్ స్టేషన్‌కు పిలిపించి బైండోవర్ చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించినా తిరిగి అక్కడ ఇరువర్గాల వారు ఘర్షణ పడ్డారు. పరిస్థితి అదుపులోకి రాకపోవడంతో గురువారం రాత్రి ఇరువర్గాలకు చెందిన 12 మందిపై కేసు నమోదు చేశారు. మార్కెట్ సమీపంలోని గిరిజన కాలనికి చెందిన శ్రీనివాసులు ఇచ్చిన ఫిర్యాదుపై కలికిరి మాదిగపల్లికి చెందిన పవన్, వెంకటేష్, బాలాజీ, చరణ్, సాయి, సమరలపై, అలాగే కలికిరి మాదిగపల్లికి చెందిన బాలాజీ పిర్యాదు మేరకు గిరిజనకాలనీకి చెందిన శ్రీనివాసులు, బన్ని, సత్య, కౌశిక్, సతీష్, రఘులపై కేసు నమోదు చేసినట్లు సీఐ రెడ్డి శేఖర్‌రెడ్డి తెలిపారు. అలాగే మార్కెట్ యార్డులో ఇకపై ఎలాంటి తగాదాలు చోటు చేసుకోకుండా ఉదయం 4 గంటల నుంచి పోలీసు నిఘా ఏర్పాటు చేసినట్లు సీఐ తెలిపారు.

ద్విచక్ర వాహనాల దొంగ అరెస్టు


వాహనాలు, నిందితుడితో పోలీసులు

రైల్వేకోడూరు అర్బన్ : మండలంలోని పలు వాహనాలను చోరీ చేసిన నిందితుడిని సీఐ హేమసుందర్ రావు ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం అరెస్టు చేశారు. అతడి నుంచి ట్రాక్టర్, ద్విచక్ర వాహనం స్వాధీనం చేసుకున్నారు. సీఐ మాట్లాడుతూ నిందితుడు గతంలో పలు కేసుల్లో ముద్దాయిగా ఉన్నాడని, అనంతపురం జిల్లాలో 12 కేసులు అతడిపై నమోదైనట్లు తెలిపారు.

పోలీస్ జాగిలం మృతి తీరనిలోటు


పోలీస్ జాగిలానికి అంత్యక్రియలు నిర్వహిస్తున్న సీఐలు, పోలీసులు

కలకడ : దొంగలను పట్టుకోవడంతో సేవలు అందించి గోల్డ్‌మెడల్ అవార్డు పొందిన జాకీ మృతి పోలీస్ వ్యవస్థకు తీరని లోటు అని రిజర్వ్ ఇన్‌స్పెక్టర్(ఆర్ఐ) పెద్దయ్య, ఇన్‌చార్జ్ సీఐ ప్రసాద్‌బాబు అన్నారు. పులివెందుల వెటర్నిటీ ఆసుపత్రిలో అనారోగ్యంతో మృతి చెందిన జాకీ అంత్యక్రియలు కలకడ పోలీస్ స్టేషన్ పరేడ్ గ్రౌండ్ ఆవరణలో శుక్రవారం నిర్వహించారు. నాలుగు రౌండ్లు కాల్పులు జరిపి గౌరవ వందనంతో అంత్యక్రియలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పోలీస్ అధికారులు మాట్లాడుతూ ఎర్రచందనం దొంగలను పట్టుకోవడంలోనూ, చోరీ కేసులు చేధిచడంలోనూ జాకీ 9 ఏళ్లు సేవలందించినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో కలకడ, వాల్మీకిపురం, రిజర్వ్‌పోలీసులు పాల్గొన్నారు.

యోగా.. ఒంటికి మంచిదేగా..

ఇంటిని ఎలా శ్రద్ధగా నిర్మించుకుంటారో.. ఒంటిని(బాడీ) అలానే బాగు చేసుకోవాలి. దబ్బు లేని ఇల్లు ఉందేమో కానీ.. నేటి రోజుల్లో జబ్బు లేని ఇల్లు అరుదుగా కనిపిస్తుంది. ప్రపంచానికి దేశం అందించిన గొప్ప వరం యోగా. ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే యోగ సాధన ప్రధానం అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆసనాలతో ఆసుపత్రులు, మందులు, ఆపరేషన్లకు దూరంగా ఉండవచ్చునని అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. నేడు అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం కావడంతో వేలాది మంది యోగ సాధనకు సిద్ధమవుతున్నారు.


యోగాసనాలు చేస్తున్న సాధకులు

- ఆసనాలతో ఆరోగ్యానికి రక్షణ
- నేడు అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం

కురబలకోట : మారిన జీవన శైలి ప్రజారోగ్యంపై ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. శారీకర శ్రమ లేకపోవడమే ఇందుకు ప్రధాన కారణం. సాంకేతిక పరిజ్ఞానం పెరిగిందని ముచ్చటపడుతున్నా.. వ్యాధులు కూడా అదే స్థాయిలో విజృంభిస్తుండడం కలవరం కలిగిస్తోంది. అనారోగ్యానికి గురైనప్పుడు ఆసుపత్రుల చుట్టూ తిరుగుతున్నారేగానీ.. ఆరోగ్య సాధనకు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు ఉన్నాయనే సంగతిని విస్మరిస్తున్నారు. దేశంలో పూర్వీకులు అందించిన యోగా ఎన్నో రోగాలను నియంత్రణలో ఉంచుతుంది. పూర్వం రుషులు, యోగులు, మునులు, సిద్ధులు, సాధువులు యోగాతో ఆరోగ్యాన్ని నిక్షేపంగా ఉంచుకున్నారు. రోజూ అర గంట యోగ చేస్తే ఎలాంటి రోగమైనా కుదుటపడుతుందని అనుభవజ్ఞులు చెబుతున్నారు. మనిషి జీవన విధానం. వ్యక్తిగత, శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. శ్వాస క్రియ ద్వారా కణజాలానికి ఆక్సిజన్ అందడంతో క్రమేణా రోగాలు దూరమవుతాయి. ఆరోగ్యానికి వాకింగ్, ఎక్సర్ సైజ్, ధ్యానం, జిమ్‌లు తోడ్పడతాయి. తగినంత వెలుతురు, గాలి ఉంటే చాలు ఉన్న చోటునే కాదు ఎక్కడైనా ఆసనాలు చేసుకోవచ్చు. ప్రపంచాన్ని వణికించిన కరోనా మహమ్మారి తర్వాత ఆరోగ్యంపై అంతా దృష్టి సారిస్తున్నారు. శనివారం అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం రోజునైనా ఆసనాలు ప్రారంభించి ఆరోగ్య సాధనకు కృషి చేద్దామని పలువురు తమ అభిప్రాయాలు వెలిబుచ్చుతున్నారు.

ముఖ్య ఆసనాలు

భుజంగాసనం, పద్మాసనం, వజ్రాసనం, హలాసనం, సర్వాంగాసనం, శీర్షాసనం, శవాసనం, మయూరాసనం, వృక్షాసనం, పశ్చిమోత్తాసనం, చతురంగ దండాసనం, వీరభద్ర ఆసనం, ధనురాసనం, నౌకాసనం, బలాసనం, చక్రాసనం, ఉష్ట్రాసనం, తాడాసనం, శలభాసనం, భ్రమరి, ప్రాణాయామం, సూర్య నమస్కారం లాంటివి ముఖ్యమైనవి.

సూక్ష్మంలో మోక్షం


యోగాతో శరీరంలో జాయింట్స్ కదులుతాయి. సూక్ష్మంలో మోక్షం లాంటిది. కండరాల దృఢత్వం, నాడీ వ్యవస్థ చైతన్యంగా మారుతుంది. రక్త ప్రసరణ మెరుగవుతుంది. తద్వారా రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. యోగా సాధకులు, అభ్యాసకులు పది మందిలో ప్రత్యేకంగా కన్పిస్తారు. తనకున్న ఆరోగ్య సమస్యలు నియంత్రణలో ఉన్నాయి.

- సురేష్, సివిల్ ఇంజనీరు

ఆన్‌లైన్‌లో నేర్చుకున్నా


వివిధ రోగాల నియంత్రణలో యోగా దివ్య ఔషధం. నేను ఆస్ట్రేలియాలో పని చేస్తున్నా. మూడేళ్లుగా ఆన్‌లైన్ ద్వారా యోగాసనాలు చేస్తున్నా. ప్రస్తుత రోజుల్లో రోగం వస్తే డాక్టర్లు, ఆసుపత్రుల వైపు చూస్తున్నారే గాని యోగా తదితర వ్యాయామాలు ఉన్నాయన్న సంగతినే మరచిపోతున్నారు. యోగాతో వ్యాధులు నియంత్రణలో ఉంటాయని గుర్తించా.

- ప్రతాప్, ఆస్ట్రేలియా

యోగాతో శరీరానికి శక్తి


క్రమం తప్పని యోగాతో శరీరం శక్తి కేంద్రంగా మారుతుంది. మనస్సు ఉత్సాహంగా ఉంటుంది. యోగాతో శరీర అవయాల కదలిక, శ్వాసతో ఆక్సిజన్ ప్రతి అవయవానికి చేరుతుంది. తద్వారా రక్త ప్రసరణ సాఫీగా సాగుతుంది. మనసు, శరీరాన్ని జాగృతం చేస్తుంది. మంచి అలవాట్లతో జీవితం మారుతుంది. క్రమశిక్షణ అలవడుతుంది. లక్ష్యసాధనకు దోహదపడుతుంది.

-చామకూరి శ్రీధర్, కలెక్టర్, అన్నమయ్య జిల్లా

సంపూర్ణ ఆరోగ్యం


వ్యాధులు విజృంభిస్తున్న నేటి రోజుల్లో యోగా ప్రక్రియ గొప్ప వరం. వివిధ రోగాలతో పాటు బీపీ, షుగర్, థైరాయిడ్, కీళ్ల, ఒంటి నొప్పులు, సైనసైటీస్, మలబద్ధకం తదితర ఆరోగ్య సమస్యలు కంట్రోల్‌లో ఉంటాయి. నిరాశ, నిస్పృహలు దూరం అవుతాయి. శరీరం దృఢంగా మారుతుంది. మానసిక ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. విశ్వం చైతన్యం వైపు యోగా దారితీయిస్తుంది.

-డాక్టర్ బ్రహ్మకుమార్, అంతర్జాతీయ యోగా మాస్టర్

ఆ మజానే వేరు


శిథిల దండాసనం, మకరాసనం, సుకాసనం, శవాసనాలు వేస్తే ఆ మజానే వేరు. ఎంతో రిలాక్స్‌గా ఉంటాం. ఆసనాలు శరీరాన్ని మనసును విశ్రాంతిగా ఉంచుతాయి. కీళ్ల నొప్పులు, బీపీ ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు నియంత్రణలో ఉన్నాయి. ఆరేళ్లుగా యోగా చేస్తున్నా. జీవితంలో అలవాటుగా మారింది. ఆసుపత్రులకు దూరంగా ఉన్నా.

-భవనం వేణుగోపాల్ (లిమ్కా) రెడ్డి, యోగ సాధకులు

మానసిక ప్రశాంతత


ఆధునిక జీవనశైలి, అసమతుల్య ఆహారం, వ్యాయామం లేకపోవడం వంటి కారణాలతో వ్యాధులు ప్రబలిపోతున్నాయి. ఆరోగ్య పరిరక్షణ కోసం ప్రతి ఒక్కరూ యోగా చేయాలి. ప్రతి రోజు యోగా ఆరోగ్యానికి రాచబాట. దేశ విదేశాల్లో కూడా యోగా పట్ల ఆసక్తి పెరుగుతుండడం సంతోషం. ఎనిమిదేళ్లుగా యోగా చేస్తున్నా.

-ఆనంద, యోగ సాధకులు

విద్యార్థి స్థాయిలోనే నేర్చుకోవాలి


ప్రతి విద్యార్థి చదువు సంధ్యలతో పాటు యోగా విధిగా నేర్చుకోవాలి. తల్లిదండ్రులు ప్రోత్సహించాలి. చిన్న వయస్సులోనే వివిధ జబ్బులతో బాధపడుతున్నవారు ఎందరో. యోగా శ్వాస క్రియ ద్వారా చాలా మట్టుకు రోగాలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. చదువుల్లో రాణించడానికి శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ఉల్లాసం, జ్ఞాపకశక్తి,ఏకాగ్రత ముఖ్యం.

-ఓం ప్రకాష్, యోగా సాధకులు

వ్యాధులకు హడల్ యోగా


ఎన్నో వ్యాధులకు యోగా సవాల్‌గా పనిచేస్తుంది. కండరాలకు శక్తినిస్తుంది. వెన్నునొప్పితో బాధపడేదాన్ని. బెంగళూరు ఆసుపత్రిలో ఆపరేషన్ కూడా చేయించుకున్నా. నొప్పి తగ్గలేదు. రెండేళ్లుగా యోగా చేయడం ద్వారా చాలా మట్టుకు సమస్య పరిష్కారమైంది. బాగా నడవగలుగుతున్నా. ఇంటి పనులు, వంట పనులు చేసుకోగలుగుతున్నా. సంతోషంగా ఉంది.

-రత్న, గృహిణి

పెరుగుతున్న ఆదరణ


సాధనతో సాధ్యం కానిది లేదు. ఇప్పుడు ఆఫ్‌లైన్, ఆన్‌లైన్‌లో కూడా శిక్షణ ఇస్తున్నారు. పెద్దగా ఖర్చు కూడా లేదు. ఎక్కడ ఉన్నా యోగ నేర్చుకోవచ్చు. చెన్నైలో బీటెక్ చదువుతున్నా. మా తల్లిదండ్రులు రాధిక, శ్రావణ్‌కుమార్ యోగాలో శిక్షణ పొందారు. వారి నుండి తాను కూడా యోగా నేర్చుకుంటున్నా. ఆనందంగా ఉంది.

-డి. అక్షయ, బిటెక్ విద్యార్థి

ఒత్తిడి దూరం


బెంగళూరులో సాఫ్ట్‌వేర్‌గా పనిచేస్తున్నా. విధి నిర్వహణలో పని ఒత్తిడి ఉంటుంది. యోగాతో ఒత్తిడిని దూరం చేసుకున్నా. ప్రశాంతంగా ఉంది. ప్రతి గ్రామంలో యోగా కేంద్రాలను ప్రభుత్వం ప్రోత్సహించాలి. అప్పుడే ఆరోగ్య సమస్యలు తగ్గుతాయి. శరీరం ఫిట్‌గా ఉంటుంది. ఆత్మ విశ్వాశం ఇనుమడిస్తుంది.

-శిరీష, సాఫ్ట్‌వేర్

రోగాలు రమ్మన్నా రావు


యోగాతో పాత రోగాలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. కొత్తవి రమ్మన్నా రావు. ఆరోగ్యానికి రక్షణ కవచంగా నిలుస్తుంది. శరీర కండరాలు, ఎముకలు, నరాలు, ఊపిరితిత్తులు, హార్మోన్లు, రోగ నిరోధక శక్తి వంటివి బలపడతాయి. శరీరం ఫిట్‌గా ఉంటుంది. ఆయుష్షు పెరుగుతుంది. శరీరం, మనసు ఉత్తేజమవుతుంది. వయసు పెరిగే కొద్ది వచ్చే సమస్యలు రావు.

- రేణుక, యోగా అభ్యాసకురాలు

ఎనిమిది గంటల పనిదినాల పెంపుపై నిరసన


మున్సిపల్ కార్యాలయం ఎదుట నిరసన తెలుపుతున్న కార్మికులు

రాయచోటి : ఎనిమిది గంటలపాటు పనిచేయాలని ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయంపై కార్మికులకు నిరసన తెలిపారు. సీఐటీయూ ఆధ్వర్యంలో శనివారం స్థానిక మున్సిపల్ కార్యాలయం ఎదుట మున్సిపల్ శానిటేషన్, ఇంజినీరింగ్ సిబ్బంది మోకాళ్లపై కూర్చుని నిరసన తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా సీఐటీయూ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి రామాంజులు, మున్సిపల్ యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్షుడు బీవీ.రమణ మాట్లాడుతూ ఎనిమిది గంటల ఆరోగ్యం, ఎనిమిది గంటల నిద్ర ఉంటే మనిషి ఆరోగ్యంగా ఉంటారన్నారు. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సూచనలు లెక్కచేయకుండా కార్పోరేట్ల జేబు నింపడానికి కార్మికులు, కూలీల శ్రమ దోచిపెట్టడం తగదన్నారు. మున్సిపల్ కార్మికులకు తల్లికి వందనం పథకం వర్తింపజేయాలని, పారిశుద్ధ్య వాహన డ్రైవర్లకు రూ.24,500 వేతనం ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. తమ న్యాయపరమైన డిమాండ్లను పరిష్కరించని పక్షంలో జూన్ 23వ తేదీ నుంచి సమ్మె చేపడతామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాంబాబు, అక్బర్, శంకరయ్య, రమణ, చెన్నయ్య, చంద్రోశేఖర్, ఆంజనేయులు, రమేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గొడవ చేయవద్దన్నందుకు కత్తితో దాడి

మదనపల్లె రూరల్ : మద్యం మత్తులో ఉన్న వ్యక్తిని గొడవ చేయవద్దని వారించినందుకు అన్నదమ్ములపై కత్తితో దాడికి పాల్పడిన ఘటన గురువారం రాత్రి మదనపల్లెలో జరిగింది. నీరుగట్టువారిపల్లె కాట్లాటపల్లె రోడ్డులోని ఆంజనేయస్వామి గుడి సమీపంలో రామాంజులు నివశిస్తున్నారు. అర్ధరాత్రి ఓ మందుబాబు పూటుగా మద్యం తాగి అక్కడకు వచ్చి బిగ్గరగా అరవడం మొదలుపెట్టాడు. రామాంజులు అతడి వద్దకు వెళ్లి అల్లరి చేయవద్దని వారించాడు. దీంతో గుర్తుతెలియని తాగుబోతు తన వద్ద ఉన్న కత్తితో రామాంజులు(38)పై దాడిచేశాడు. అడ్డుకోబోయిన అతడి అన్నదమ్ములు ఆదినారాయణ(40), రాజశేఖర్(28)పైనా దాడికి పాల్పడ్డాడు. అన్నదమ్ములు ముగ్గురు దాడిలో గాయపడడంతో స్థానికులు ప్రభుత్వ జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు. తాలూకా పోలీసులు విచారణ చేస్తున్నారు.

రైలు కింద పడి యువకుడు ఆత్మహత్య

కమలాపురం : పట్టణంలోని తెలుగు వీధికి చెందిన హరీష్ కుమార్ (26) రైలు కింద పడి శుక్రవారం ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. రైల్వే పోలీసుల వివరాల మేరకు.. పట్టణానికి చెందిన హరీష్ కుమార్ శుక్రవారం రాత్రి కమలాపురం పట్టణ శివారులోని చెరువు కట్ట వద్ద రైల్వే ట్రాక్‌పై గుర్తు తెలియని రైలు కింద పడి ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. శరీరం రెండు ముక్కలైంది. ట్రాక్ మాన్ సమాచారం మేరకు రైల్వే పోలీసులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్నారు. మృతదేహానికి పంచనామా నిర్వహించి పోస్ట్ మార్టమ్ నిమిత్తం రిమ్స్‌కు తరలిస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు. కువైట్ వెళ్లిన హరీష్ మూడు మాసాల క్రితం కమలాపురం వచ్చాడని, మృతి గల కారణాలు తెలియరావాల్సి ఉందని వారు తెలిపారు.

లారీ డ్రైవర్‌కు జైలుశిక్ష


ముద్దాయిని జైలుకు తరలిస్తున్న పోలీసులు

వల్లూరు(చెన్నూరు) : మద్యం సేవించి లారీ నడుపుతూ పోలీసుల తనిఖీల్లో పట్టుబడిన వ్యక్తికి ఏడు రోజుల జైలు శిక్ష, రూ 2,500 జరిమానా విధిస్తూ కడప ఫస్ట్ స్పెషల్ జేఎస్‌సీఎమ్ కోర్టు శుక్రవారం తీర్పు చెప్పినట్లు చెన్నూరు సీఐ క్రిష్ణారెడ్డి తెలిపారు. మండలంలో గురువారం పోలీసులు బ్రీత్ అనలైజర్ సహాయంతో తనిఖీలు నిర్వహించారు. వేల్పూర్ల రామకృష్ణ మద్యం తాగి లారీ నడుపుతూ పట్టుబడ్డాడు. పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి కోర్టులో హాజరుపరచగా నేరం రుజువు కావడంతో కడప ఫస్ట్ స్పెషల్ జుడీషియల్ సెకండ్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్ కోర్టు మేజిస్ట్రేట్ మంగళ గౌరీ జైలు శిక్ష విధించినట్లు సీఐ తెలిపారు.

వేటగాళ్ల ఉచ్చులో పడి రైతుకు గాయాలు


వేటగాళ్ల ఉచ్చులో పడి గాయపడిన రైతు శ్రీనివాసులురెడ్డి, తీవ్రంగా దెబ్బతిన్న పాదాలు

మదనపల్లె రూరల్ : అటవీ జంతువుల కోసం వేటగాళ్లు పన్నిన కరెంట్ ఉచ్చులో పడి ఓ రైతు తీవ్రంగా గాయపడిన ఘటన శుక్రవారం పెద్దమండ్యం మండలంలో జరిగింది. దిగువపల్లెకు చెందిన పెద్దిరెడ్డి కుమారుడు రైతు శ్రీనివాసులురెడ్డి(58) గురువారం రాత్రి తన పొలం వద్దకు వెళ్లాడు. రాత్రి వేళ గమనించకుండా పొలానికి సమీపంలో వేటగాళ్లు వన్యప్రాణుల కోసం ఏర్పాటుచేసిన కరెంట్ ఉచ్చులో చిక్కుకుని తీవ్రంగా గాయపడ్డాడు. గమనించిన కుటుంబసభ్యులు బాధితుడిని మదనపల్లె జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు. చికిత్స అనంతరం పరిస్థితి విషమంగా ఉండటంతో మెరుగైన వైద్యం కోసం తిరుపతికి తరలించారు. పెద్దమండ్యం పోలీసులు కేసు విచారణ చేస్తున్నారు.

బైక్‌పై నుంచి జారిపడి వృద్ధురాలి మృతి


బైక్‌పై నుంచి పడి మృతిచెందిన రాజమ్మ

మదనపల్లె రూరల్ : బైక్‌పై నుంచి జారిపడి తీవ్రంగా గాయపడిన వృద్ధురాలు మృతి చెందిన సంఘటన శుక్రవారం చిత్తూరు జిల్లా చౌడేపల్లె మండలంలో జరిగింది. జంగాలపల్లెకు చెందిన రాజమ్మ(80)కు అనారోగ్యంగా ఉండడంతో డాక్టర్ వద్దకు వెళ్లేందుకు బంధువు శ్రీరాములు ద్విచక్ర వాహనంలో చౌడేపల్లెకు బయలుదేరింది. చికిత్స అనంతరం తిరిగి స్వగ్రామానికి వస్తుండగా, మార్గమధ్యంలో కుక్క అడ్డు రావడంతో వాహనం అదుపుతప్పింది. బైక్‌పై కూర్చొన్న రాజమ్మ ప్రమాదవశాత్తూ జారి కిందపడింది. తలకు తీవ్రగాయాలు కాగా 108 అంబులెన్స్ వాహనంలో మదనపల్లె జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు. అత్యవసర విభాగంలో చికిత్స పొందుతూ మృతిచెందింది. దీంతో మృతదేహాన్ని మార్చురీకి తరలించి, చౌడేపల్లె పోలీసులకు అవుట్ పోస్ట్ సిబ్బంది సమాచారం అందించారు.

ఆదర్శ పాఠశాల ప్రిన్సిపల్‌పై విచారణ


విచారణ చేస్తున్న మదనపల్లె డివైఈఓ లోకేశ్వర్‌రెడ్డి

కలకడ : కలకడ ఆదర్శపాఠశాల ప్రిన్సిపల్ మల్లంగ్ షా వలిపై శుక్రవారం విచారణ చేపట్టారు. మల్లంగ్ షావలి ప్రిన్సిపల్‌గా పనిచేసిన సమయంలో విద్యార్థులకు పురుగులు పట్టిన బియ్యంతో భోజనం వండారని, ఎన్నో అవకతవకలకు పాల్పడ్డారని ఆరోపణలు వచ్చాయి. దీంతో జిల్లా విద్యా శాఖ అధికారి, కడప ఆర్‌జేడీ విచారణ చేయాలని మదనపల్లె డీవైఈఓ లోకేశ్వర్‌రెడ్డిని ఆదేశించారు. ఈ మేరకు ఆయన విద్యార్థులు, పాఠశాల అభివృద్ధి కమిటీ సభ్యులు, ఉపాధ్యాయులతో వేర్వేరుగా విచారణ చేశారు. ప్రిన్సిపల్ సమాధానం తీసుకుని నివేదిక ఉన్నతాధికారులకు పంపుతామని డీవైఈఓ తెలిపారు. అనంతరం విద్యార్థులతో కలిసి భోజనం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంఈఓలు మునీంద్రనాయక్, వెంకట్రమణరెడ్డి, ఇన్‌చార్జి ప్రిన్సిపల్ గంగాధర్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీరు బాటిళ్లతో యువకుల హల్‌చల్


బీరు బాటిళ్లతో గొడవపడుతున్న యువకులు

మదనపల్లె రూరల్ : పట్టణంలోని నీరుగట్టువారిపల్లె రామిరెడ్డి లే అవుట్‌లోని వివేకానంద స్కూల్ సమీపంలో కొందరు యువకులు బీరు బాటిళ్లు పట్టుకుని శుక్రవారం హల్‌చల్ చేశారు. పాఠశాలకు వెళ్లే దారిలో రోడ్డుపై గొడవపడుతూ వీరంగం సృష్టించారు. అదే మార్గంలో పాదచారులు, విద్యార్థులు వెళుతున్నా లెక్కపెట్టకుండా ఒకరిపై ఒకరు పిడి గుద్దులు గుద్దుకుంటూ అరుపులు, కేకలతో భయం కలిగించేలా వ్యవహరించారు. చేతిలో బీరు బాటిల్‌తో పరిగెత్తుతూ, స్థానికులను భయాందోళనకు గురిచేశారు. ఈ ఘటనను కొందరు సెల్‌ఫోన్‌లో చిత్రీకరించి, పోలీసులకు సమాచారం అందించారు. విషయం తెలుసుకున్న ఆకతాయిలు...మెల్లగా అక్కడి నుంచి జారుకున్నారు. పాఠశాల పరిసర ప్రాంతాల్లో పోలీసులు నిఘా పెంచాలని స్థానికులు కోరుతున్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో విశ్రాంత ఆర్మీ ఉద్యోగి మృతి


ప్రమాదంలో మృతి చెందిన వేముల శ్రీనాథ్

పీలేరురూరల్ : రోడ్డు ప్రమాదంలో విశ్రాంత ఆర్మీ ఉద్యోగి మృతిచెందిన సంఘటన పీలేరు పట్టణంలోని మోడల్ కాలనీ వద్ద చోటు చేసుకుంది. వివరాలిలా ఉన్నాయి. కలికిరి పంచాయతీ తుమ్మలపేట వడ్డిపల్లెకు చెందిన వేముల శ్రీనాథ్(44) విశ్రాంత ఆర్మీ ఉద్యోగి. శుక్రవారం చిత్తూరు నుంచి ద్విచక్రవాహనంలో ఆయన స్వగ్రామానికి బయలుదేరాడు. ఇదే సమయంలో కలకడ నుంచి చిత్తూరు వెళ్తున్న ఐచర్ వాహనం మోడల్ కాలనీ వద్ద ద్విచక్రవాహనాన్ని ఢీకొనడంతో శ్రీనాథ్ అక్కడికక్కడే మృతి చెందాడు. మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం స్థానిక ప్రభుత్వాస్పత్రికి తరలించారు. మృతుడికి భార్య, ఇద్దరు పిల్లలు ఉన్నారు. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు సీఐ తెలిపారు.

పోలీస్ స్టేషన్‌కు బారికేడ్ల వితరణ


బారికేడ్లను అందిస్తున్న భారతి సిమెంటు కంపెనీ ప్రతినిధులు

బ్రహ్మంగారిమఠం : స్థానిక పోలీస్ స్టేషన్‌కు భారతి సిమెంట్ కంపెనీ పది బారికేడ్లను వితరణ చేసినట్లు ఏఎస్ఐ గురప్ప తెలిపారు. భారతి సిమెంటు కంపెనీ మేనేజర్లు ప్రతాప్‌రెడ్డి, శ్రీకాంత్ రెడ్డి, బి.మఠం భారతి సిమెంటు డీలర్లు పోలు అంకిరెడ్డి, భూమిరెడ్డి మహేశ్వర్‌రెడ్డి శుక్రవారం స్థానిక పోలీస్ స్టేషన్‌లో బారికేడ్లు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ సామాజిక సేవలో భాగంగా భారతి సిమెంటు కంపెనీ తరఫున ప్రతి ఏడాది ఏదో ఒక రూపంలో సేవా కార్యక్రమాలు చేస్తున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలీసులు, భారతి సిమెంట్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

విట్‌లో విద్యార్థికి ఉచిత ప్రవేశం

నందలూరు : ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో చదివిన పి.సాయికీర్తన్‌కు అమరావతి విట్‌లో ఉచితంగా ప్రవేశం లభించినట్లు కళాశాల ప్రిన్సిపల్ శ్రీదేవి తెలిపారు. మాట్లాడుతూ సాయికీర్తన్ ఎంపీసీ గ్రూపులో 957 మార్కులు సాధించి ప్రతిభ చూపారని, స్టార్ అవార్డు సాధించిన అతడికి ఉచిత సీటు లభించిందని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపల్‌తోపాటు అధ్యాపక బృందం విద్యార్థిని అభినందించారు.

ఏపీజీబీ కార్యాలయంపై సోలార్ యూనిట్


రూఫ్ టాప్ సోలార్ యూనిట్‌ను ప్రారంభిస్తున్న బ్యాంకు చైర్మన్ ప్రమోద్‌కుమార్‌రెడ్డి

కడప కోటిరెడ్డిసర్కిల్ : కడప ఏపీజీబీ హెడ్ ఆఫీస్ అనెక్స్ భవనంపై 100 కిలోవాట్ల ఆన్ గ్రిడ్ రూఫ్ టాప్ సోలార్ యూనిట్లను ప్రారంభించామని ఆ బ్యాంకు చైర్మన్ కె.ప్రమోద్ కుమార్‌రెడ్డి తెలిపారు. శుక్రవారం సోలార్ యూనిట్‌ను ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా చైర్మన్ మాట్లాడుతూ ప్రధానమంత్రి సూర్యఘర్ ముఫ్త్ బిజిలీ యోజన కార్యక్రమం కింద రూ.52 లక్షల ఖర్చులతో 100 కిలోవాట్ల ఆన్ గ్రిడ్ రూఫ్ టాప్ సోలార్ యూనిట్ ప్రారంభించామన్నారు. అలాగే అనంతపురం ప్రాంతీయ కార్యాలయంలో రూ.14 లక్షలతో 25 కిలోవాట్ల ఆన్‌గ్రిడ్ స్టిమ్, 29 బ్రాంచ్‌లలో 89 కిలో వాట్ల సామర్థ్యంగల ఆఫ్ గ్రిడ్ సిస్టమ్‌లను ఏర్పాటుచేశామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్పెషల్ డ్యూటీ ఆఫీసర్ అరుణకుమార్, జీఎంలు హరికేశ్వర్ ప్రసాద్, పవన్‌కుమార్‌సింగ్, కడప ప్రాంతీయ మేనేజర్ శ్రీనివాసప్రసాద్, బ్యాంకు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

తప్పిన పెను ప్రమాదం

తొండూరు : మండలంలోని మల్లేల ఘాట్‌లో సింహాద్రిపురం నుంచి ప్రొద్దుటూరుకు వెళుతున్న ఆర్టీసీ బస్సుకు పెను ప్రమాదం తప్పింది. మల్లేల ఘాట్ వద్ద మలుపులో వెళ్తున్న బస్సు శుక్రవారం అదుపు తప్పి లోయలోకి జారింది. పెద్ద రాయిని ఢీకొని ఆగిపోవడంతో 30మంది ప్రయాణికులు సురక్షితంగా బయటపడ్డారు. కొందరికి స్వల్ప గాయాలయ్యాయి. పోలీసులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని సహాయ చర్యలు చేపట్టారు. డ్రైవర్లు జాగ్రత్తలు పాటించాలని సూచించారు.